ещё вкуснее и проще

60

страниц лучших рецептов

мультиварка

мясные блюда

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Мультиварка — лучший помощник на современной кухне! Она не только все делает самостоятельно, но и экономит ваши силы и время. В этой книге вы найдете разнообразные рецепты мясных блюд для приготовления в мультиварке: запеканки, жаркое, подливы, фрикадельки, котлеты и много другое, приготовленное самыми разными способами.

Удивляйте своих родных и близких все новыми и новыми оригинальными и аппетитными блюдами!

- Сергей Павлович Кашин
  - Первые блюда
  - Пловы
  - Вторые блюда
- notes
  - 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6
  - 7

Сергей Павлович Кашин
Мультиварка
Мясные блюда

Первые блюда

Суп из говядины по-польски

Ингредиенты: 400 г говядины, ½ стебля сельдерея, 4 картофелины, 50 мл оливкового масла, 2 луковицы, 1 пучок зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками.

Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Сельдерей и зеленый лук вымыть, мелко нарезать.

Мясо выложить в чашу, добавить оливковое масло, положить лук, картофель и сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зеленый лук.

Суп из говядины с чечевицей и коричневым рисом

Ингредиенты: 400 г говядины, 100 г чечевицы, 50 г коричневого риса, 40 мл оливкового масла, 1 луковица, 1 пучок кинзы, сок 1 лимона, ¼ чайной ложки корицы, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в чашу, добавить лук, 1 столовую ложку оливкового масла, перец, корицу, соль, немного воды, обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить чечевицу, рис, влить 1½ л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». Зелень кинзы смешать с оставшимся оливковым маслом и лимонным соком, заправить полученной смесью суп.

Острый суп из говядины с орехами

Ингредиенты: 500 г говядины, 20 г кукурузной муки, 100 г

ядер грецких орехов, 1 стручок острого перца, 2 зубчика чеснока, 20 мл винного уксуса, 1 пучок кинзы, перец, соль.

Способ приготовления: Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, залить 2 л холодной воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, бульон процедить.

Чеснок очистить, вымыть. Острый перец вымыть, удалить плодоножку и семена, растолочь вместе с чесноком. Орехи пропустить через мясорубку. Муку развести небольшим количеством бульона. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Бульон снова влить в чашу, добавить мясо, орехи, острый перец с чесноком, муку, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 20 минут. Влить уксус, положить зелень кинзы и готовить еще 5 минут в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев»

Суп с фрикадельками из говядины

Ингредиенты: 2 л говяжьего бульона, 200 г говяжьего фарша, 3 картофелины, 2 луковицы, 20 г риса, 30 мл оливкового масла, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу, обжарить в оливковом масле в режиме «Выпечка», Фарш перемешать с частью лука и рисом, посолить, поперчить, сформовать фрикадельки. Влить в чашу бульон, добавить картофель, фрикадельки, положить оставшийся лук, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев»

Суп из телятины со шпинатом

Ингредиенты: 200 г телятины (нежирной), 1 пучок листьев шпината, 2 картофелины, 1 морковка, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Шпинат вымыть, нарезать. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Телятину промыть, выложить в чашу, залить 1 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, нарезать кубиками.

Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить морковь и картофель, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить шпинат, мясо, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с помидорами

Ингредиенты: 300 г говядины, 3 помидора, 2 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 40 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить соль, готовить в режиме «Тушение» 2 часа, Мясо вынуть, нарезать небольшими кусочками, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Лук и морковь выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками, добавить в чашу, влить бульон, положить вымытые и очищенные от кожицы помидоры, кусочки мяса, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев»

Деревенский суп из говядины

Ингредиенты: 300 г говядины, 2 картофелины, 1 морковка, 200 г репы, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 60 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель, морковь и репу вымыть, очистить, крупно нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зеленый лук вымыть и нарубить. Репчатый лук и морковь выложить в чашу с растительном маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, добавить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить картофель, репу, посолить, поперчить, готовить еще 1 час в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной и посыпать зеленым луком.

Суп из говяжьей вырезки с шампиньонами

Ингредиенты: 300 г говяжьей вырезки, 300 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 60 мл растительного масла, 20 г муки, 5 г сахара, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, нарезать тонкими ломтиками. Чеснок очистить, вымыть, растолочь.

Зелень петрушки вымыть, измельчить. Грибы промыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Добавить мясо, чеснок, сахар и зелень, посолить, поперчить, перемешать, оставить на 1 час в режиме «Подогрев», залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить разведенную небольшим количеством воды муку, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев»

Суп из говядины с брюссельской капустой

Ингредиенты: 2 л говяжьего бульона, 200 г говядины (вареной), 300 г брюссельской капусты (замороженной), 200 г сыра (любого), 1 морковка, 20 г сливочного масла, 60 г сметаны, ½ пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Сыр нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо нарезать соломкой.

Капусту и морковь выложить в чашу со сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Влить в чашу бульон, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, в каждую положить сыр, мясо, зелень петрушки и сметану.

Суп из телятины и зеленого горошка

Ингредиенты: 500 г телятины, 150 г зеленого горошка (замороженного), 2–3 картофелины, 1 луковица, *2* морковки, 50 г сливочного масла, ½ пучка петрушки, лавровый лист, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления: Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать

полукольцами. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо промыть, нарезать соломкой, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить лук, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, положить картофель, морковь, лавровый лист, соль, приправу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить зеленый горошек, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Суп из говядины с маринованными опятами

Ингредиенты: 300 г говядины (вареной), 200 г опят (маринованных), 2 картофелины, 1 луковица, 20 г томатной пасты, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла, 3 веточки сельдерея, 2–3 веточки базилика, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть мелко нарезать. Говядину нарезать ломтиками, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить грибы, лук, томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка». Сельдерей и базилик вымыть, крупно нарезать. Влить 2 ½ л воды, положить картофель, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую базилик, сельдерей и сметану.

Куриный суп-лапша

Ингредиенты: 1½ л куриного бульона, 300 г курицы (вареной), 100 г домашней лапши, ½ пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, измельчить. Бульон влить в чашу, добавить лапшу и мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из куриных крылышек с овощами

Ингредиенты: 300 г куриных крылышек, 3 картофелины, 2 морковки, ½ пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Куриные крылышки промыть, выложить в чашу, залить 1 л воды, добавить картофель и морковь, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп с фрикадельками из курицы и моркови

Ингредиенты: 2 л куриного бульона, 200 г куриного фарша, 3 картофелины, 1 луковица, 200 г риса, 1 морковка (крупная),1 пучок укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель, вымыть, почистить, нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть, нарубить. Фарш перемешать с морковью и рисом, посолить, поперчить, сформовать фрикадельки.

Бульон влить в чашу, добавить картофель, фрикадельки, лук, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп с брюссельской капустой и фрикадельками из курицы

Ингредиенты: 2 л куриного бульона, 300 г филе курицы, 250 г брюссельской капусты, 3 морковки, 2 луковицы, 1 яйцо, 10 г сливочного масла, 10 г муки, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть. Одну луковицу разрезать на две части, оставшуюся нарезать полукольцами. Филе курицы промыть, пропустить через мясорубку вместе с половинками луковицы. Фарш посолить, поперчить, перемешать с мукой и яйцом, сформовать фрикадельки. Морковь вымыть, очистить, нарезать полукружиями. Брюссельскую капусту вымыть.

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Оставшийся лук выложить в чашу с разогретым сливочным маслом, обжарить в

режиме «Выпечка».

Влить бульон, положить брюссельскую капусту, морковь, фрикадельки, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, в каждую добавить зелень петрушки.

Суп из куриных окорочков с лапшой

Ингредиенты: 300 г куриных окорочков, 2 картофелины, 100 г лапши, ½ пучка укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Зелень укропа вымыть, измельчить.

Куриные окорочка промыть, выложить в чашу, залить 1½ л воды, добавить картофель и лапшу,

посолить, поперчить, положить лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Густой суп из курицы по-восточному

Ингредиенты: 700–800 г филе курицы, 4–5 картофелин, 2 морковки, 2 луковицы, 50 мл оливкового масла, 2 веточки сельдерея, 30 г томатной пасты, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Сельдерей вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Филе курицы промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, выложить в чашу с оливковым маслом, добавить томатную пасту, картофель, морковь, лук и сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Куриный суп с пельменями

Ингредиенты: 500 г филе курицы, 20 пельменей, 20 мл оливкового масла, 15 г аджики, 20 г томатной пасты, 1 пучок сельдерея, перец, соль.

Способ приготовления: Зелень сельдерея вымыть, мелко нарезать. Филе курицы промыть, нарезать порционными кусками, выложить в чашу, посолить, поперчить, добавить оливковое масло, томатную пасту, аджику и зелень сельдерея. Залить небольшим количеством воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Влить 2 л воды, положить пельмени, готовить в режиме «На пару» 15 минут.

Суп из куриных желудков с сыром

Ингредиенты: 2 л куриного бульона, 300 г куриных желудков, 100 г сыра (любого), 3 картофелины, 1 морковка, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Подготовленные куриные желудки промыть. Зелень укропа вымыть, измельчить.

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Бульон влить в чашу, добавить тертый сыр, картофель, морковь, куриные желудки, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из филе утки по-гречески

Ингредиенты: 2 л овощного бульона, 300 г филе утки, 2 картофелины, 10 помидоров черри[1], 1 пучок петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Зелень петрушки и укропа вымыть и нарубить. Помидоры черри вымыть, Филе утки промыть, мелко нарезать,

Бульон влить в чашу, добавить мясо, посолить, положить картофель, помидоры черри, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и укропа.

Суп из утки с цукини и вермишелью

Ингредиенты: 300 г филе утки, 200 г цукини[2], 100 г вермишели, 1 пучок укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Цукини вымыть, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, измельчить. Филе утки промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, залить водой, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Добавить цукини и вермишель, посолить, поперчить, положить лавровый лист, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из утки с черносливом

Ингредиенты: 500 г мяса утки, 150 г чернослива, 100 г риса, 2 луковицы, приправа для птицы, перец, соль.

Способ приготовления: Чернослив промыть и обдать кипятком. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Мясо утки промыть, нарезать небольшими ломтиками, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить рис, чернослив, лук, положить приправу, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из баранины со сливой

Ингредиенты: 2 л мясного бульона, 200 г баранины (вареной), 100 г сливы, 3 картофелины, 50 г риса, 40 мл оливкового масла, 2 луковицы, 1 морковка, 1 пучок кинзы, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Сливу вымыть, разрезать каждую пополам, удалить косточки. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу с оливковым маслом, добавить сливу и мясо, обжарить в режиме «Выпечка». Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Влить в чашу бульон, положить картофель, морковь и рис, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень кинзы.

Суп из индейки по-пекински

Ингредиенты: 300 г индейки, 150 г пекинской капусты, 3 картофелины, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Зелень петрушки вымыть, измельчить. Пекинскую капусту вымыть, нарезать полосками.

Мясо промыть, выложить в чашу, залить 1½ л воды, добавить картофель и пекинскую капусту, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Куриный суп-пюре с рисом и грибами

Ингредиенты: 200 г куриного филе, 50 г риса, 150 г шампиньонов, 2 картофелины, 1 морковка, 1 корень сельдерея, 100 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления: Морковь, картофель и корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кружочками. Грибы промыть, нарезать ломтиками. Филе

промыть, выложить в чашу, залить 1½ л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Мясо вынуть, пропустить через мясорубку. Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить картофель, морковь, корень сельдерея, рис, грибы, мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Суп измельчить с помощью блендера, снова влить в чашу, готовить в режиме «На пару» 5 минут.

Суп разлить по тарелкам, заправить сметаной.

Суп из баранины с горохом

Ингредиенты: 2 л бульона из баранины, 50 г гороха, 1 картофелина, 1 луковица, 20 г томатной пасты, 20 мл растительного масла, 1 столовая ложка сушеной зелени, соль.

Способ приготовления: Картофель вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить бульон, положить предварительно замоченный горох, готовить в режиме «Гречка» 1 час. Добавить томатную пасту, лук, сушеную зелень и картофель, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из баранины с кинзой

Ингредиенты: 300 г баранины (нежирной), 4 моркови, 2 пучка кинзы, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления: Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть, измельчить. Баранину промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Мясо вынуть, нарезать кубиками. Бульон процедить, снова вылить в чашу, добавить морковь, лук, посолить, поперчить, положить мясо, кинзу, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Гороховый суп-пюре с курицей

Ингредиенты: 1 л куриного бульона, 300 г филе курицы (вареной), 50 г гороха, 1 луковица, 20 г муки, 2 картофелины, 50 мл растительного масла, ½ пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Мясо пропустить через мясорубку. Картофель вымыть, очистить, нарезать.

Лук выложить в чашу с растительным маслом, добавить муку, влить немного воды, обжарить в режиме «Выпечка», влить бульон, добавить картофель, предварительно замоченный горох, мясо, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Суп посолить, поперчить, протереть через сито, снова вылить в чашу, добавить зелень укропа, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп-пюре из телятины и овощей

Ингредиенты: 200 г телятины, 200 г белокочанной капусты, 50 г цветной капусты, 1 картофелина, 1 морковка, 1 корень

петрушки, 1 стручок болгарского перца, 1 луковица, 20 г муки, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления: Белокочанную капусту вымыть, нашинковать. Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия. Морковь, картофель и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Мясо промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, пропустить через мясорубку.

Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить белокочанную капусту, корень петрушки, морковь, болгарский перец, лук, цветную капусту, мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Суп измельчить с помощью блендера, снова влить в чашу, тонкой струйкой всыпать муку, перемешать, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, заправить сливочным маслом.

Щи с квашеной капустой

Ингредиенты: 300 г квашеной капусты, 2 л говяжьего бульона, 2 картофелины, 1 морковка, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 50 г сметаны, 50 г томатной пасты, ½ пучка укропа, 2–3 горошины черного перца, лавровый лист, соль.

Способ приготовления: Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Лук и морковь выложить в чашу с растительным маслом, добавить 1 столовую ложку томатной пасты, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить бульон, добавить капусту, картофель, лавровый лист, перец горошком, соль, оставшуюся томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и заправить сметаной.

Свекольник с говядиной и шампиньонами

Ингредиенты: 200 г говядины (вареной), 1 свекла, 100 г шампиньонов, ½ пучка укропа, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления: Грибы промыть, нарезать ломтиками. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить.

В чашу влить 1½ л воды, добавить нарезанную соломкой говядину, грибы и свеклу, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Свекольник с курицей и брокколи

Ингредиенты: 200 г филе курицы (вареной), 1 свекла, 3 картофелины, 1 морковка, 150 г брокколи (замороженной), 1 пучок укропа, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления: Свеклу и морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и нарубить. В чашу влить 2 л воды, добавить нарезанное филе, свеклу, морковь, брокколи и картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Щи с фасолью

Ингредиенты: 2 л говяжьего бульона, 50 г фасоли, 100 г белокочанной капусты, 2 картофелины, 1 морковка, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 40 г томатной пасты, 50 г сметаны, ½ пучка укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Картофель и морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Капусту вымыть и нашинковать.

Морковь и лук выложить в чашу, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Влить бульон, добавить предварительно замоченную фасоль, положить капусту, соль, картофель, морковь, лук, перец, лавровый лист, томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в

режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Пловы

Плов по-ташкентски

Ингредиенты: 300 г баранины, 200 г риса, 2–3 айвы, 250 г курдючного сала, 4 морковки, 3 луковицы, по 5 г барбариса, зиры и молотого перца, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Мясо промыть, нарезать кубиками. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Айву вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками.

Кубики курдючного сала выложить в чашу, добавить лук, мясо и морковь. Сверху выложить айву, барбарис, зиру[3], рис, влить воду, посолить и поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из жирной баранины

Ингредиенты: 400 г баранины (жирной), 200 г курдючного сала, 500 г риса, 3 луковицы, 3 морковки, 100 мл мясного бульона, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, выложить в чашу с растопленным салом, добавить лук, морковь, перец, влить воду и бульон, положить рис, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из говядины по-турецки

Ингредиенты: 300 г говядины, 50 г курдючного сала, 2 морковки, 500 г риса, 2 луковицы, 2 пучка укропа и кинзы, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками.

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа и кинзы вымыть, нарубить.

Сало нарезать кубиками и выложить в чашу, добавить мясо, лук, морковь и зелень укропа. Положить рис, влить воду, посолить, поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу украсить веточками кинзы.

Плов из баранины по-казахски

Ингредиенты: 300 г баранины, 50 г бараньего жира, 3 морковки, 2 луковицы, 400 г риса, 2 зубчика чеснока, 1 веточка чабреца, 1 веточка тархуна, ½ пучка петрушки, ½ лимона, ½ чайной ложки молотого тмина, ½ чайной ложки семян укропа, ¼ чайной ложки красного молотого перца, лавровый лист, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Веточки чабреца и тархуна вымыть. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Лимон нарезать ломтиками. Баранину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу с разогретым жиром, добавить лук, морковь, веточки тархуна и чабреца, лавровый лист, влить немного воды и готовить в режиме «На пару» 10 минут. Вынуть тархун, чабрец, лавровый лист и добавить соль, перец и тмин. Влить воду, положить рис, готовить в режиме «Плов», перемешать с чесноком. Оставить в режиме «Подогрев». Добавить чеснок и оставить под крышкой на 20 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и украсить ломтиками лимона.

Слоеный плов по-таджикски

Ингредиенты: 300 г баранины, 50 г топленого масла, 50 г курдючного сала, 2 морковки, 20 г сливочного масла, 2 луковицы, 300 г риса, 1 пучок петрушки, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления: Зелень петрушки вымыть. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку, добавить в фарш соль, перец, перемешать, сформовать из него фрикадельки, выложить в чашу с растопленным салом.

Сверху выложить лук и морковь, полить топленым маслом, следующим слоем выложить рис, полить его растопленным сливочным маслом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. Оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу украсить веточками петрушки.

Плов «Ашхабадская свадьба»

Ингредиенты. 300 г риса, 200 г баранины, 200 г говядины, 200 г бараньих ребрышек, 100 г топленого курдючного сала, 50 г нута, 50 г маша, 3 помидора, 2–3 алычи, 2 луковицы, 1 стручок сладкого перца, 1 пучок кинзы, ½ чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления: Баранину и говядину промыть, нарезать кусочками.

Бараньи ребрышки промыть, нарубить. Алычу вымыть, разделить на половинки, удалить косточки. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать полосками. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Бараньи ребра выложить в чашу, посолить, добавить 50 г топленого сала, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. В чашу положить рис, посолить, поперчить, залить водой, готовить в режиме «На пару» 25 минут, переложить в отдельную посуду. В чашу выложить оставшееся топленое сало, добавить говядину и баранину, лук, морковь, сладкий перец, помидор и обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить предварительно замоченный нут[4] и маш[5], влить воду, положить алычу, посолить, поперчить, готовить в режиме «Гречка» 1 час. Оставить в режиме «Подогрев» на 30 минут. Рис выложить горкой на блюдо, сверху положить мясо, нут и маш с овощами, по краю — бараньи ребрышки. Полить оставшимся от тушения мяса соусом, посыпать зеленью кинзы.

Плов «Дагестанский»

Ингредиенты: 300 г баранины, 4 морковки, 5 луковиц, 50 г бараньего жира, 300 г риса, 100 г гороха, ½ чайной ложки черного молотого перца, ¼ чайной ложки красного молотого

перца, соль.

Способ приготовления: Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу с растопленным жиром. Добавить лук, морковь, положить предварительно замоченный горох, соль, красный и черный перец, рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из баранины с изюмом и черносливом

Ингредиенты: 300 г баранины, 200 г риса, 200 г изюма, 100 г чернослива, 50 г курдючного сала, 1 морковка, 1 луковица, соль.

Способ приготовления: Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Баранину промыть, мелко нарезать.

Лук и морковь выложить в чашу с растопленным салом, добавить мясо, изюм, чернослив, рис, влить воду, посолить. Готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из баранины по-адыгейски

Ингредиенты: 300 г баранины, 300 г риса, 250 г курдючного сала, 50 г ядер грецких орехов, 2 луковицы, 3 яблока (кислых), 100 мл мясного бульона, 3 морковки, зерна ½ фаната, ½ чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления: Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Ядра грецких орехов измельчить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Лук выложить в чашу с растопленным салом, добавить мясо, орехи, морковь, яблоки, рис, влить бульон, посолить, поперчить, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу украсить зернами фаната.

Острый плов из дикого риса

Ингредиенты: 300 г филе курицы, 100 г дикого риса, 2 луковицы, 200 мл белого вина, 2 столовые ложки сливочного масла, 50 г маслин, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 стручок острого перца, листья салата, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, измельчить. Острый перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками. Листья салата вымыть. Яйца очистить, разрезать на половинки.

Филе курицы промыть, мелко нарезать, посолить, поперчить, выложить в чашу с разогретым сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить лук, острый перец, рис, влить вино и воду, готовить в режиме «Плов», перемешать, Оставить в режиме «Подогрев».

Плов выложить на листья салата, украсить маслинами и половинками яиц.

Вторые блюда

Говядина, запеченная с кабачками

Ингредиенты: 300 г говядины (вареной), 500 г кабачков, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 150 г тертого сыра, 20 г сливочного масла, 1 пучок кинзы, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень кинзы вымыть, измельчить. Мясо промыть, нарезать очень тонкими ломтиками.

Кабачки вымыть, нарезать кружочками, выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху положить мясо, лук, чеснок, посолить, посыпать сыром. Запекать в режиме «Выпечка» 25 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Рулет из курицы с картофелем и зеленью

Ингредиенты: 1 кг филе курицы, 3–4 картофелины, I луковица, 100 мл томатного соуса, 100 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, приправа для курицы, соль.

Способ приготовления: Для приготовления начинки лук очистить, вымыть, измельчить. Картофель вымыть, очистить, натереть на терке, добавить лук, вымытую и измельченную зелень петрушки, перемешать. Филе курицы промыть, выложить на разделочную доску, слегка отбить, посолить, посыпать приправой, выложить приготовленную начинку, свернуть рулетом, перевязать кулинарной нитью, смазать сливочным маслом (30 г), выложить в чашу, обжарить в режиме «Выпечка», добавить томатный соус и оставшееся сливочное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Рулет нарезать порционными кусками и при подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Рулет из курицы с козьим сыром и гарниром из киноа

Ингредиенты: 1 кг филе куриной грудки, 200 г мягкого козьего сыра, 50 г манной крупы, 1 стручок сладкого перца, 150 г консервированной стручковой фасоли, 300 г киноа[6], ломтики лимона, перец, соль.

Способ приготовления: Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками. Киноа выложить в чашу вместе со сладким перцем, посолить, готовить в режиме «На пару» 20–25 минут. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Сыр размять, перемешать с зеленью петрушки и манной крупой. Филе курицы промыть, выложить в один слой на разделочную доску, сверху выложить приготовленную начинку, свернуть рулетом, посолить, поперчить, перевязать кулинарной нитью. Выложить в чашу, готовить в режиме «На пару» 30 минут.

Рулет нарезать порционными кусками, выложить на тарелку вместе со стручковой фасолью, ломтиками лимона и гарниром.

Говядина с краснокочанной капустой

Ингредиенты: 500 г говядины, 400 г краснокочанной капусты, 2 картофелины, 1 луковица, 4 яйца, 20 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления: Говядину промыть, мелко нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Капусту вымыть, нашинковать. Говядину и лук выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху положить капусту, картофель, залить взбитыми яйцами, посолить, поперчить. Запекать в режиме «Выпечка» 60 минут.

Жаркое из говядины по-польски

Ингредиенты: 400 г говядины, 100 г шпика, 2 луковицы, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 лавровых листа, 2 зубчика чеснока, 3 помидора, 2 столовые ложки кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Чеснок очистить и вымыть. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, слегка отбить. Шпик нарезать тонкими ломтиками. Влить в чашу 0,5 л воды, добавить соль, перец, лавровый лист,

чеснок, готовить в режиме «На пару» 15 минут, охладить. Мясо и шпик залить приготовленным маринадом, добавить уксус, лимонный сок и оставить на 1 час. Куски мяса, ломтики шпика и кольца лука выложить в чашу, готовить в режиме «Выпечка» 30 минут, полить маринадом, готовить еще 30 минут в том же режиме. При подаче к столу полить кетчупом и оформить помидорами.

Жаркое из говядины, замаринованной в виски

Ингредиенты: 1 кг говядины, 2 лимона, 150 мл виски, 50 мл виноградного уксуса, 100 г шпика, 3 луковицы, 1 гвоздичка, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Говядину промыть, нарезать крупными кусками.

Шпик нарезать небольшими кусочками.

Для приготовления маринада репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Лимоны вымыть, снять с них цедру, мякоть мелко нарезать. Цедру натереть на терке и соединить с мякотью, добавить лук, соль, гвоздику, перец, лавровый лист, виски и виноградный уксус. Положить в маринад куски мяса и шпика, убрать в прохладное место на 4 часа.

Куски мяса и шпик выложить в чашу. Жарить в режиме «Выпечка» 25–30 минут, полить маринадом, жарить еще 25 минут в том же режиме.

Жаркое из говядины, замаринованной с айвой и болгарским перцем

Ингредиенты: 1 кг говядины, 150 мл растительного масла, 3 луковицы, 3 стручка болгарского перца, 2 помидора, 2 айвы, 15 г крахмала, 1 яйцо, 80 мл белого вина, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Айву вымыть, удалить сердцевину, крупно нарезать. Помидоры вымыть и измельчить. Выложить мясо и овощи с айвой в эмалированную емкость, посолить, поперчить, влить вино и 50 мл растительного масла. Крахмал взбить с яйцом и добавить к маринаду. Все хорошо перемешать и убрать в прохладное место

на 2–3 часа. Куски мяса вперемешку с болгарским перцем, луком и айвой выложить в чашу. Жарить в режиме «Выпечка» 25 минут, полить маринадом и оставшимся растительным маслом, жарить еще 25 минут в том же режиме.

Говядина с шампиньонами и болгарским перцем

Ингредиенты: 1 кг говядины, 300 г шампиньонов, 2 стручка болгарского перца, 70 мл растительного масла, 3 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления: Мясо промыть, нарезать кусочками по 50 г, пересыпать смесью соли и перца. Грибы промыгть, крупные разрезать пополам, а мелкие оставить целыми. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Кусочки мяса вперемежку с кольцами лука, болгарского перца и кусочками грибов выложить в чашу, сбрызнуть растительным маслом, готовить в режиме «Выпечка» 65 минут. Оставить в режиме «Подогрев».

Телятина с чесноком и тмином

Ингредиенты: 1 кг телятины, 3 зубчика чеснока, 15 г тмина, 10 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления: Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Мясо промыть, нарубить, перемешать с чесноком и тмином. Посолить, посыпать сахаром и поперчить. Выложить в чашу, запекать в режиме «Выпечка» 65 минут.

Жаркое из телятины с мускатным орехом

Ингредиенты: 1 кг телятины, 250 г шпика, 3 луковицы, 100 мл оливкового масла, 5 г тертого мускатного ореха, 1 гвоздичка, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать кусочками по 100–120 г, выложить в эмалированную емкость.

Из оливкового масла, измельченного лаврового листа, соли, перца, гвоздики, мускатного ореха приготовить маринад, залить

им мясо, убрать в прохладное место на 2–3 часа. Шпик нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу вперемежку с мясом. Жарить в режиме «Выпечка» 30 минут, полить маринадом, жарить еще 35 минут в том же режиме.

Куриные окорочка, фаршированные печенью и шампиньонами

Ингредиенты: 2 куриных окорочка, 100 г пшеничного хлеба, 100 мл молока, 150 г шампиньонов, 100 г куриной печени, 50 г майонеза, 1 луковица, 80 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Грибы промыть, очистить, мелко нарезать, выложить в чашу, добавить 2 столовые ложки сливочного масла, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

Печень промыть, нарезать кусочками, посолить, выложить в чашу, добавить 1 столовую ложку сливочного масла, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Куриные окорочка промыть, снять кожу «чулком», у сустава перерубить косточку.

Часть косточки оставить с кожей. Мясо отделить от костей, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, грибами, печенью, снова пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и добавить лук.

Наполнить фаршем куриные окорочка, зашить нитками, выложить в чашу, смазанную оставшимся сливочным маслом. Жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны, убрать нитки. Фаршированные ножки выложить на блюдо, смазать майонезом посыпать зеленью петрушки.

Курица, фаршированная говядиной

Ингредиенты: 1 тушка курицы, 500 г говядины, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки тертой моркови, 3 яйца, 50 мл белого вина, 2 г мускатного ореха, 100 мл кетчупа, лавровый лист, 3 горошины черного перца, молотый перец, соль.

Способ приготовления: Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки.

Стараясь не повредить кожу, аккуратно снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1 чайной ложкой вина.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в чашу, залить холодной водой, добавить соль, тертую морковь, лавровый лист, перец горошком и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Бульон процедить. Мясо курицы и говядину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, мускатный орех, оставшееся вино и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, разрезанный край подвернуть и зашить нитками. Фаршированную курицу выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного бульона, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить кетчупом и подать к столу с оставшимся бульоном-

Курица, фаршированная зеленью

Ингредиенты: 1 тушка курицы, 50 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, 1 пучок зеленого лука, 4 помидору перец, соль.

Способ приготовления: Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Тушку курицы промыть, начинить зеленью петрушки и зеленым луком, натереть солью и перцем, смазать маслом, выложить в чашу и жарить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу украсить кружочками помидоров.

Кролик, фаршированный яблоками и курагой

Ингредиенты: 1 тушка кролика, 150 г сала, 3 яблока, 100 г кураги, 10 г тертого имбиря, 500 мл красного вина, 80 мл растительного масла, 5 г корицы, 20 г измельченного чеснока, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления: Для приготовления маринада добавить в подогретое вино соль, перец, корицу, лавровый лист, чеснок, кипятить 3 минуты, затем влить растительное масло и кипятить еще 5 минут. Готовый маринад охладить, залить им промытую тушку кролика и оставить на 3 часа в прохладном месте. Маринад

слить, процедить.

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать крупными кусками. Курагу соединить с яблоками, имбирем и мелко нарезанным салом. Полученной смесью наполнить тушку кролика и зашить нитками,

Тушку кролика выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 25 минут, полить маринадом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Курица, фаршированная свининой и грецкими орехами

Ингредиенты: 1 тушка курицы, 500 г свинины, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки рубленого зеленого лука, 2 лавровых листа, 3 яйца, 2 столовые ложки лимонного сока, 100 г майонеза, 3–4 горошины черного перца, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки. Стараясь не повредить кожу, снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1 столовой ложкой лимонного сока.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в чашу, залить холодной водой, добавить соль, лавровый лист, перец горошком и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Бульон процедить.

Мясо курицы и свинину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, орехи, оставшийся лимонный сок и перемешать. Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, разрезанный край подвернуть и зашить нитками.

Фаршированную курицу выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного бульона, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить майонезом, посыпать рубленым зеленым луком и подать к столу с оставшимся бульоном.

Филе курицы с цукини

Ингредиенты: 300 г филе курицы, 300 г цукини, 1 луковица, 3 яйца, 150 г сыра (любого, тертого), 20 г сливочного масла, перец,

соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Цукини вымыть, нарезать кружочками. Мясо промыть, нарезать ломтиками, выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху выложить лук и цукини. Залить взбитыми яйцами, посыпать сыром, поперчить, посолить. Запекать в режиме «Выпечка» 25 минут.

Курица в сырном кляре с яблоками

Ингредиенты: 1 тушка курицы, 3–4 яблока, 200 г сыра (любого, тертого), 2 яйца, 100 мл молока, 1 чайная ложка муки, 100 г панировочных сухарей, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Яблоки вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину. Зелень петрушки и укропа вымыть и нарубить. Тушку курицы промыть.

Яйца взбить с солью и перцем, добавить муку, тертый сыр, влить молоко, перемешать и облить этой смесью курицу. Курицу посыпать панировочными сухарями, выложить в чашу вместе с яблоками, жарить в режиме «Выпечка» 65 минут. Оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью.

Шницели из курицы

Ингредиенты: 600 г филе курицы, 50 г сливочного масла, 50 г панировочных сухарей, 2 столовые ложки молока, 1 чайная ложка топленого масла, 1 яйцо, ½ пучка петрушки, 1 авокадо, 1 огурец, 1 стручок сладкого перца, ¼ чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления: Мясо курицы промыть, пропустить через мясорубку, добавить молоко, соль, перемешать и сформовать лепешки. В середину каждой лепешки положить небольшой кусочек сливочного масла. Поставить лепешки на 20 минут в прохладное место, затем защипить края, смазать взбитым яйцом и обвалять в сухарях, смешанных с красным перцем.

Выложить в смазанную топленым маслом чашу и жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. Зелень петрушки вымыть. Авокадо вымыть, очистить, удалить косточку,

нарезать ломтиками. Огурец вымыть, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, крупно нарезать.

Шницели украсить веточками петрушки и подать к столу с гарниром из авокадо и овощей.

Курица, фаршированная черносливом, орехами и медом

Ингредиенты: 1 тушка курицы, 100 г чернослива, 50 г меда, 70 г ядер грецких орехов, 150 мл яблочного уксуса, 50 мл коньяка, 3 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать. Курицу промыть.

В подогретую воду (0,7 л) добавить соль, перец, лук, влить уксус и коньяк, довести до кипения и снять с огня. Дать маринаду остыть, затем залить им курицу. Оставить в прохладном месте на 2 часа. Маринад слить. Грецкие орехи соединить с предварительно замоченным черносливом, добавить мед, размешать. Начинить полученной смесью курицу, зашить нитками, выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, полить маринадом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Филе гуся, тушенное с овощами и сливой в белом вине

Ингредиенты: 600 г филе гуся, 100 мл белого вина, 300 г картофеля (жареного), 3 сливы, 3 луковицы, 1 морковка, 2–3 столовые ложки оливкового масла, сок ½ лимона, ¼ чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, сбрызнуть лимонным соком. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Сливу вымыть, удалить косточки. Филе промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу, добавить оливковое масло, обжарить в режиме «Выпечка». Добавить сливу, кольца лука, морковь, жареный картофель, залить вином и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Свинина с болгарским перцем и сыром

Ингредиенты: 500 г свинины, 4 стручка болгарского перца, 100 г сыра (любого), 2 луковицы, 20 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Мясо промыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо и болгарский перец посолить, поперчить, выложить в чашу, смазанную сливочным маслом, сверху выложить кольца лука, посыпать тертым сыром и запекать в режиме «Выпечка» 45 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Свинина, тушенная с лимоном

Ингредиенты: 500 г свинины, 70 мл овощного бульона, 1 лимон, 1 пучок петрушки, 1 чайная ложка тертого имбиря, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, перец, соль.

Способ приготовления: Лимон вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Свинину промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу. Добавить бульон, смешанный с имбирем и лимонной цедрой, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить сверху кружочки лимона, посыпать зеленью петрушки и готовить в режиме «На пару» 20 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Свинина, тушенная с кабачками и маринованными опятами

Ингредиенты: 400 г свинины, 2 кабачка, 150 г опят (маринованных), 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 20 мл растительного масла, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Свинину промыть, нарезать кубиками, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить кабачки, лук, опята, посолить, поперчить, готовить в режиме

«Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу перемешать с чесноком и зеленью петрушки.

Солянка со свининой, маслинами и грибами

Ингредиенты: 200 г свинины, 3 соленых огурца, 10 маслин, 100 г шампиньонов (маринованных), 2 сосиски, 30 мл растительного масла, 1 пучок укропа, перец.

Способ приготовления: Огурцы нарезать кубиками, сосиски — кружочками.

Зелень укропа вымыть и нарубить.

Свинину промыть, нарезать соломкой, выложить в чашу с растительным маслом, поперчить, обжарить, добавить огурцы, маслины вместе с рассолом, грибы, сосиски. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Свинина, тушенная с капустой

Ингредиенты: 300 г свинины, 500 г белокочанной капусты, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления: Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Мясо промыть, нарезать маленькими кусочками, выложить в чашу, добавить 1 столовую ложку растительного масла и обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить капусту и лук, посолить, влить оставшееся растительное масло, положить томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Свинина, тушенная с вином

Ингредиенты: 400 г свинины, 3 столовые ложки красного вина, 3 лавровых листа, 1 пучок зеленого лука, 2 столовые ложки

топленого масла, 4–6 горошин черного перца, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, посолить, поперчить, добавить топленое масло, черный перец горошком, лавровый лист, влить вино, немного воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Свинина, тушенная с кольраби в овощном бульоне

Ингредиенты: 400 г свинины (нежирной), 200 мл овощного бульона, 3 кольраби[7], 2 луковицы, 1 пучок укропа и петрушку перец, соль.

Способ приготовления: Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками. Кольраби вымыть, очистить, мелко нарезать. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Свинину и кольраби выложить в чашу, посолить, поперчить, залить бульоном, добавить лук и часть зелени, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать оставшейся зеленью.

Бараньи ребрышки с луком

Ингредиенты: 500 г бараньих ребрышек, 4 луковицы, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок кинзы, ½пучка укропа, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления: Зеленый лук, зелень укропа и кинзы вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посолить и сбрызнуть уксусом.

Бараньи ребрышки промыть, нарубить порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 65 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью и украсить кольцами лука.

Баранина по-татарски

Ингредиенты: 500 г баранины, 2 столовые ложки растительного масла, 3 луковицы, 5–7 помидоров черри, 2 стручка сладкого перца, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 мл мясного бульона, 1 столовая ложка пшеничной муки, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать и сбрызнуть уксусом. Лук выложить в чашу, посыпать мукой, добавить 1 столовую ложку растительного масла и обжарить в режиме «Выпечка». Переложить в отдельную посуду.

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Помидоры черри вымыть. Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в чашу, смазанную оставшимся растительным маслом, посолить, посыпать приправой, влить бульон, готовить в режиме «Тушение» 1 час, добавить лук, сладкий перец, помидоры, готовить в режиме «На пару» 20 минут.

Баранина по-африкански

Ингредиенты: 500 г баранины, 4 луковицы, 3 банана (недозрелых), 2 столовые ложки винного уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, 100 мл кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Бананы вымыть, очистить, крупно нарезать. Мясо промыть, нарезать порционными кусками смешать с луком, посолить, поперчить, полить уксусом и оставить на 3 часа.

Маринованные куски мяса выложить в чашу вместе с бананами, добавить растительное масло и жарить в режиме «Выпечкам 50 минут.

При подаче к столу полить кетчупом.

Котлеты из говядины на пару

Ингредиенты: 500 г говядины, 1 луковица, 1 картофелина, 1 яйцо, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, картофелем и ломтиком хлеба, добавить яйцо.

Фарш посолить, поперчить и перемешать. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Котлеты из говядины с рисом на пару

Ингредиенты: 500 г говядины, 50 г риса, 1 луковица, 1 яйцо, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить рис и яйцо. Фарш посолить и перемешать. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины с шампиньонами

Ингредиенты: 500 г говядины, 100 г шампиньонов, I яйцо, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления: Грибы промыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с грибами. Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом.

Из фарша сформовать котлеты, выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша

Ингредиенты: 300 г филе курицы, 200 г свинины, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ломтика пшеничного хлеба, 50 мл молока, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 1 пучок листьев салата, перец, соль.

Способ приготовления: Хлеб размочить в молоке. Лук и чеснок очистить, вымыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и хлебом.

Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом. Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. Листья салата вымыть.

Котлеты подать к столу с гарниром из листьев салата.

Котлеты из говядины и курицы с начинкой из чернослива

Ингредиенты: 500 г говядины, 200 г филе курицы, 200 г чернослива, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 ломтик пшеничного хлеба, перец, соль.

Способ приготовления: Лук и чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину и мясо курицы промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и ломтиком хлеба.

В фарш добавить яйцо, соль, перец, перемешать. Из фарша сформовать изделия в виде лепешек.

На середину каждого положить предварительно замоченный чернослив, свернуть, сформовать котлеты.

Изделия обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из говядины с чесноком

Ингредиенты: 500 г говядины, 6 зубчиков чеснока, 1 пучок укропа и петрушки, 1 яйцо, 1 ломтик пшеничного хлеба, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления: Лук и чеснок очистить, вымыть. Лук крупно нарезать, 3 зубчика чеснока измельчить. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить, перемешать с измельченным чесноком. Говядину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком, зубчиками чеснока и ломтиком хлеба. В фарш добавить яйцо, перец и соль, сформовать котлеты. Выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

При подаче к столу обвалять в смеси зелени.

Котлеты из говядины с морковью

Ингредиенты: 500 г говядины, 3 морковки, 1 луковица, 1 яйцо, 2 ломтика пшеничного хлеба, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, морковью и ломтиками хлеба, добавить яйцо. Фарш посолить, поперчить и перемешать. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины по-польски

Ингредиенты: 500 г говядины, 1 луковица, 1 пучок шпината, 1 ломтик пшеничного хлеба, 50 г манной крупы, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и хлебом. Шпинат вымыть, нарубить, добавить в фарш.

Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом. Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в манной крупе, выложить на сковороду с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша с ореховым ароматом

Ингредиенты: 500 г говядины, 200 г свинины (нежирной), 50 г ядер грецких орехов, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 60 г панировочных сухарей, 1 ломтик пшеничного хлеба, перец, соль.

Способ приготовления: Лук и чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать.

Говядину и свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком, орехами и ломтиком

хлеба.

В фарш добавить яйцо, соль, перец, перемешать, сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из говядины и куриной печени

Ингредиенты: 400 г говядины, 200 г куриной печени, 50 г майонеза, 1 яйцо, 1 ломтик пшеничного хлеба, 70 мл растительного масла, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину и куриную печень промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и ломтиком хлеба. В фарш добавить яйцо, майонез, перец и соль, сформовать котлеты. Выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша с начинкой из маслин

Ингредиенты: 500 г говядины, 200 г свинины (нежирной), 100 г маслин (без косточек), 1 луковица, 2 ломтика пшеничного хлеба, 100 мл молока, 100 г панировочных сухарей, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, нарезать. Хлеб замочить в теплом молоке, Говядину и свинину промыть, нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и хлебом. Фарш посолить, перемешать. Из фарша сформовать лепешки, на середину каждой положить по 2 маслины, соединить края. Изделия обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты «Деревенские»

Ингредиенты: 400 г говядины, 200 г свинины (жирной), 3 зубчика чеснока, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 100 г панировочных сухарей, 4 столовые ложки растительного масла,

соль.

Способ приготовления: Чеснок очистить, вымыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с чесноком. Фарш посолить, смешать с 1 яйцом. Сливочное масло нарезать кубиками.

Из фарша сформовать изделия в виде лепешек, положить на середину каждого кубик сливочного масла, соединить края.

Изделия обмакнуть в оставшееся взбитое яйцо, обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты «Сытные»

Ингредиенты: 500 г говядины, 100 г гороховой каши, 3 луковицы, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 50 г панировочных сухарей, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом и гороховой кашей.

Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Голубцы с говядиной

Ингредиенты: 350 г говядины, 10–15 капустных листьев, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок петрушки, 30 г майонеза, 20 г томатной пасты, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, добавить зелень петрушки и тщательно перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму. Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить томатную пасту, майонез и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной, рисом и морковью

Ингредиенты: 400 г говядины, 15–20 капустных листьев, 50 г риса, 3 морковки, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 100 мл томатного соуса, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить и вымыть. 1 луковицу измельчить, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, морковь и тщательно перемешать. Выложить фарш на капустные листья и свернуть. Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить томатный соус и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной и грибами

Ингредиенты: 300 г говядины, 8 капустных листьев, 150 г шампиньонов, 20 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 луковица, лавровый лист, приправа для мяса, перец, соль.

Способ приготовления: Шампиньоны промыть, очистить, нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с грибами и луком. Фарш посолить, поперчить, выложить в чашу со сливочным маслом, готовить в режиме «На пару» 5 минут, переложить в отдельную посуду, охладить.

Капустные листья вымыть. На середину капустных листьев положить фарш, свернуть. Изделия выложить в чашу, влить немного воды, добавить приправу, лавровый лист, растительное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной, тушенные в сметане

Ингредиенты: 400 г говядины, 8 капустных листьев, 1 луковица, 1 морковка, 150 г сметаны, ½ пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления: Говядину промыть. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с мясом, посолить, поперчить. Капустные листья вымыть, положить

на них фарш, свернуть.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Голубцы выложить в чашу, влить немного воды, положить морковь, сметану, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Голубцы по-украински

Ингредиенты: 300–400 г свинины, 8-10 капустных листьев, 100 г копченого сала, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, 70 г сметаны, лавровый лист, 20 мл растительного масла, 4–5 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления: Капустные листы вымыть. Лук очистить, вымыть и разрезать на четверти. Свинину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и салом, добавить яйцо, соль и тщательно перемешать.

В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, выложить в чашу, залить небольшим количеством воды, добавить томатную пасту, растительное масло, лавровый лист, перец горошком, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу смазать сметаной, полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы с бараниной

Ингредиенты: 350 г баранины, 8-10 капустных листьев, 2 луковицы, 1 пучок кинзы, 10 мл лимонного сока, 50 г майонеза, 30 г томатной пасты, 5 г тмина, лавровый лист, корица из кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить и вымыть. Капустные листья вымыть, обдать кипятком и сбрызнуть лимонным соком. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, поперчить, смешать с зеленью кинзы. Выложить фарш на капустные листья и свернуть, придав голубцам овальную форму.

Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды,

добавить майонез, томатную пасту, тмин, лавровый лист и корицу. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы, тушенные в винном соусе

Ингредиенты: 300 г говяжьего фарша, 100 г фарша из баранины, 3-10 капустных листьев, 50 г риса, 100 мл красного виноградного вина, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, 20 мл растительного масла, 4–5 горошин душистого перца, лавровый лист, молотый перец, соль.

Способ приготовления: Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Фарш смешать с луком и рисом, добавить яйцо, соль, молотый перец и тщательно перемешать. В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», залить небольшим количеством воды, добавить томатную пасту, лавровый лист, перец горошком, вино, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы с курицей и рисом

Ингредиенты: 450 г филе курицы, 15 капустных листьев, 50 г риса, 1 цукини (небольшой), 2 луковицы, 1 пучок укропа, 100 г майонеза, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить и вымыть. Зелень укропа вымыть и нарубить. Цукини вымыть, крупно нарезать.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с луком и цукини. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, яйцо и панировочные сухари, перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму.

Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить майонез и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Долма с говядиной на пару

Ингредиенты: 500 г говяжьего фарша, 300 г виноградных листьев, 50 г риса, 1 луковица, 50 г растопленного сливочного масла, молотый шафран, перец, соль.

Способ приготовления: Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Фарш смешать с луком, рисом, добавить шафран, перец и соль.

Виноградные листья вымыть, положить на середину каждого фарш, свернуть конвертами. Долму выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30–45 минут.

При подаче к столу полить сливочным маслом.

Кабачки, фаршированные курицей

Ингредиенты: 150 г мяса курицы (отварного), 2 кабачка (небольших), 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, перец, соль.

Способ приготовления: Кабачки вымыть, разрезать вдоль и пополам, удалить из середины семена и часть мякоти, посолить, поперчить и оставить на 10 минут. Мясо пропустить через мясорубку. Лук очистить, вымыть, нарубить, смешать с мясом. Наполнить фаршем половинки кабачков.

Половинки кабачков соединить, перевязать нитками, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, положить майонез и томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

notes

Примечания

1

Помидоры черри — это садовая разновидность томатов, у которых небольшие размеры плодов. Их масса составляет примерно 25–30 грамм.

2

Кабачок (уменьш. от укр. кабак, «тыква», из тюркских языков) — кустовая разновидность тыквы обыкновенной с продолговатыми плодами, без плетей. Плоды могут быть зелёного, жёлтого, чёрного или белого цвета.

З

Зира (кумин) — сушеные семена пряной травы Cuminum cyminum, семейства петрушки. Аппетитный вкус преобретает сдобренные зирой картофельные супы, рыба, овощные салаты, жареные, запеченные и тушеные блюда из свинины. Ни один среднеазиатский плов не обходится без зиры.

4

Нут (лат. Cicer arietinum) — растение семейства Бобовые, зернобобовая культура. Семена нута — пищевой продукт, особенно популярный на Ближнем Востоке; основа для хумуса. Однолетнее растение.

5

Маш, или бобы мунг (лат. Vigna radiata) — зернобобовая культура происхождением из Индии. Бобы маленькие, зелёные, овальной формы. Термин «мунг» происходит из языка хинди.

6

Киноа, кинва — псевдозерновая культура, однолетнее растение, произрастающее на склонах Анд в Южной Америке. Киноа имеет древнее происхождение и была одним из важнейших видов пищи индейцев. В цивилизации инков киноа была одним из трёх основных видов пищи наравне с кукурузой и картофелем. Инки её называли «золотым зерном».

7

Кольраби — двухлетнее травянистое пищевое растение, ботаническая разновидность капусты огородной.